**Генералова Екатерина Владимировна,**

структурное подразделение детский сад «Солнышко» ГБОУ СОШ № 9 г.Кинеля

**Комплекс утренней гимнастики для средней группы с кубиками**

*Вводная часть*: ходьба и бег в колонне по одному со сменой движения под музыку. Перестроение в звенья.

*Основная часть:*

1) И.п.- стойка ноги на ширине ступни. Кубики в обеих руках внизу. 1- кубики в стороны;2- кубики вверх;3 кубики в стороны; 4 в и.п.( 4 раза)

2) И.п.- стойка ноги на ширине плеч, кубики согнуты в руках у плеч. 1-2- поворот вправо( влево) отвести правую руку в сторону; 3-4- вернуться в и.п.( 4 раза в каждую сторону)

3)И.п.- стойка, ноги-пятки вместе, носки врозь, кубики в обеих руках. 1- присесть, положить кубики на пол;2-встать, рук на пояс; 3- присесть, взять кубики;4-в и.п.( 4 раза)

4) и.п. сидя, ноги прямые, кубики на коленях. 1- наклон веред, положить кубики у носков ног 2-выпрямиться,; 3-наклониться, взять кубики; 4- в и.п.

5) И.п. ноги слегка расставлены, руки внизу. Прыжки на двух ногах на месте с чередованием с ходьбой.

*Заключительная часть:* игра «Самолеты».

Задачи: Развивать у детей ориентировку в пространстве, закрепить навык построения в колонну. Упражнять в беге, не наталкиваясь друг на друга, выполнять движения по сигналу.

 Описание: Дети строятся в 3-4 колонны в разных местах площадки, которые отмечаются флажками. Играющие изображают летчиков на самолетах. Они готовятся к полету. По сигналу воспитателя «К полету готовься! » дети кружат согнутыми в локтях руками – заводят мотор. «Летите! » - говорит воспитатель. Дети поднимают руки в стороны и летят врассыпную, в разных направлениях. По сигналу воспитателя «На посадку! » - самолеты находят свои места и приземляются, строятся в колонны. Воспитатель отмечает, какая колонна построилась первой.